

مراحل ارتودنسی دندان

ارتودنسی، علم و هنر مرتب کردن دندان‌ها و مشکلات به وجود آمده در اثر آن میباشد. این درمان به افراد در هر سن و سالی کمک می‌کند تا به لبخندی زیبا و سالم دست پیدا کنند. در این مقاله از مهراز کارت، به بررسی مراحل مختلف ارتودنسی دندان می‌پردازیم و جزئیات هر مرحله را شرح می‌دهیم...

با تهیه **بیمه دندانپزشکی** می‌توانید **هزینه دندانپزشکی** درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

ارتودنسی دندان چه مراحل دارد؟

مرحله اول: مشاوره با ارتودنسیست

اولین قدم در مسیر ارتودنسی، مراجعه به یک متخصص ارتودنسی میباشد. در این جلسه مشاوره، ارتودنسیست وضعیت دندان‌ها و فک شما را به طور کامل بررسی می‌کند. او از شما در مورد سابقه پزشکی و دندانپزشکی و سوابق درمانی می‌پرسد و عکس‌هایی از دندان‌ها و فک شما می‌گیرد.

ارتودنسیست با بررسی این اطلاعات، می‌تواند به شما بگوید که آیا ارتودنسی برای شما مناسب است یا خیر. اگر ارتودنسی برای شما مفید باشد، ارتودنسیست در مورد گزینه‌های مختلف درمانی و مزایا و معایب هر کدام با شما صحبت خواهد کرد. البته گاهی پیش می‌آید که دندان‌های شما دارای بهم ریختگی جزئی باشند و شما بتوانید با این‌ها به رفع آنها بپردازید.

مرحله دوم: تهیه سوابق و قالب‌گیری

در صورت تمایل‌تان به ارتودنسی و نیاز شما، ارتودنسیست سوابق کاملی از وضعیت دندان‌ها و فک شما تهیه می‌کند. این سوابق شامل عکس‌های رادیوگرافی، عکس‌های دندان‌ها و قالب‌هایی از دندان‌ها و فک شما است.

قالب‌ها برای ساخت مدل‌های سه‌بعدی از دندان‌ها و فک شما استفاده می‌شوند. این مدل‌ها به ارتودنسیست کمک می‌کنند تا برنامه درمانی دقیق‌تری به شما ارائه کند.

مرحله سوم: انتخاب بریس

انواع مختلفی از بریس‌های ارتودنسی وجود دارد که هر کدام مزایا و معایب خود را دارند. ارتودنسیست با توجه به سن، وضعیت دندان‌ها و فک شما و ترجیحاتتان، نوع بریس مناسب را برای شما انتخاب خواهد کرد.

- بریس‌های فلزی رایج‌ترین نوع بریس هستند. آنها بادوام و مقرون به صرفه هستند، اما می‌توانند ظاهری ناخوشایند داشته باشند. بریس‌های سرامیکی شبیه به دندان‌های طبیعی هستند و به همین دلیل کمتر جلب توجه می‌کنند. با این حال، آنها به اندازه بریس‌های فلزی بادوام نیستند و ممکن است گران‌تر باشند.
- بریس‌های لینگوال در پشت دندان‌ها قرار می‌گیرند و به همین دلیل دیده نمی‌شوند. آنها برای افرادی که به دنبال یک گزینه نامرئی هستند، ایده‌آل هستند. با این حال، بریس‌های لینگوال می‌توانند تمیز کردن آنها دشوارتر باشد و ممکن است بر روی گفتار شما تأثیر بگذارند.
- بریس‌های متحرک نوعی بریس هستند که می‌توان آنها را از دهان خارج کرد. آنها معمولاً برای اصلاح مشکلات جزئی ارتودنسی استفاده می‌شوند.

مرحله چهارم: نصب بریس

در جلسه نصب بریس، ارتودنسیست بریس‌ها را به تک تک دندان‌های شما می‌چسباند. این فرآیند معمولاً بدون درد است و حدود یک تا دو ساعت طول می‌کشد.

پس از نصب بریس، ممکن است در دهان خود احساس ناراحتی کنید. این ناراحتی معمولاً خفیف است و طی چند روز از بین می‌رود.

مرحله پنجم: تنظیمات و ویزیت‌های منظم

در طول دوره درمان ارتودنسی، باید به طور مرتب برای تنظیمات به ارتودنتیست خود مراجعه کنید. این تنظیمات برای اعمال فشار لازم به دندان‌ها و حرکت آنها به موقعیت صحیح انجام می‌شود. و پزشک باید از روند درمان شما مطلع شود.

تعداد دفعات مراجعه شما به ارتودنتیست به نوع بریس و پیچیدگی مشکل ارتودنسی شما بستگی دارد. به طور کلی، هر شش تا هشت هفته یک بار باید برای تنظیمات مراجعه کنید.

مرحله ششم: برداشتن بریس و ریتینر

پس از اتمام دوره درمان، ارتودنتیست بریس‌ها را از دهان شما خارج می‌کند. این فرآیند معمولاً بدون درد است و فقط چند دقیقه بیشتر طول نمی‌کشد.

برخی افراد پس از برداشتن بریس، برای حفظ نتایج درمان، باید از ریتینر استفاده کنند. ریتینر وسیله‌ای است که دندان‌ها را در موقعیت صحیح خود نگه می‌دارد.

شما باید به طور منظم و طبق دستور دندانپزشک خود از ریتینر استفاده کنید.

ارتودنسی دندان را توسط متخصص، با جدیدترین روش و مناسب‌ترین قیمت در کلینیک‌های دندانپزشکی مهرآز انجام دهید!

مراقبت‌های بعد از ارتودنسی

پس از برداشتن براکت‌ها، برای حفظ نتایج درمان ارتودنسی و اطمینان از سلامت دهان و دندان خود، باید اقدامات مراقبتی خاصی را طبق دندانپزشک خود انجام دهید. در اینجا چند نکته مهم وجود دارد:

رعایت بهداشت دهان و دندان:

- مسواک زدن: دندان‌های خود را حداقل سه بار در روز با مسواک نرم و خمیر دندان حاوی فلوراید مسواک بزنید. حتماً به دقت اطراف براکت‌ها، سیم‌ها و بین دندان‌تان مسواک بزنید و در این رابطه از دندانپزشک خود راهنمایی بخواهید.
- نخ دندان کشیدن: هر روز از نخ دندان مخصوص ارتودنسی برای تمیز کردن بین دندان‌تان استفاده کنید.
- استفاده از دهانشویه: روزی یک بار از دهانشویه فلوراید استفاده کنید تا به کاهش باکتری‌ها و حفظ سلامت لثه‌ها کمک کنید.

رژیم غذایی:

- از غذاهای سفت و چسبنده خودداری کنید: از خوردن غذاهایی که سفت، چسبنده یا ترد هستند مانند آب نبات، آجیل، یخ و سیب خودداری کنید. این غذاها می‌توانند به براکت‌ها و سیم‌های شما نیز آسیب برسانند.
- از غذاهای خرد شده و نرم استفاده کنید: تا زمانی که به جویدن با بریس‌های جدید خود عادت کنید، از غذاهای خرد شده و نرم استفاده کنید.
- از نوشیدنی‌های اسیدی خودداری کنید: از نوشیدنی‌های اسیدی مانند نوشابه، آب میوه و قهوه خودداری کنید، زیرا می‌توانند به مینای دندان شما آسیب برسانند.
- از نی استفاده کنید: هنگام نوشیدن نوشابه، آب میوه یا سایر نوشیدنی‌ها از نی استفاده کنید تا از تماس مستقیم نوشیدنی با دندان‌ها و براکت‌های خود جلوگیری کنید.

ملاحظات مهم بعد از انجام مراحل ارتودنسی دندان

- به کمک دندانپزشک خود معاینات منظم را دنبال کنید: برای اطمینان از اینکه همه چیز به درستی پیش می‌رود، باید به طور منظم برای معاینات و تنظیمات به ارتودنتیست خود مراجعه کنید.
- از محافظ دهان استفاده کنید: اگر در حین ورزش یا فعالیت‌های شبانه دندان قروچه می‌کنید، از محافظ دهان استفاده کنید تا از آسیب به دندان‌ها و براکت‌های خود جلوگیری کنید.
- از داروهای مسکن بدون نسخه استفاده کنید: اگر بعد از برداشتن براکت‌ها احساس درد یا ناراحتی کردید، می‌توانید از داروهای مسکن بدون نسخه مانند ایبوپروفن یا استامینوفن استفاده کنید.

با رعایت این نکات مراقبتی، می‌توانید از نتایج درمان ارتودنسی خود محافظت کرده و از لبخندی زیبا و سالم برای سال‌های آینده لذت ببرید.

چه کسانی حتما باید ارتودنسی کنند؟

ارتودنسی می‌تواند برای افراد در هر سنی مفید باشد، اما معمولا برای کودکان و نوجوانان بین سنین ۷ تا ۱۴ سال که هنوز در حال رشد هستند، بهترین زمان محسوب می‌شود.

در اینجا چند نمونه از مشکلاتی که ارتودنسی می‌تواند به رفعشان کمک کند، آورده شده است:

افراد دارای دندان‌های شلوغ یا نامرتب:

اگر دندان‌هایتان به اندازه کافی جا برای رشد در دهانتان ندارند، ممکن است شلوغ یا نامرتب بشوند. این می‌تواند جویدن، صحبت کردن و حتی تمیز کردن دندان‌هایتان را دشوار کند.

افراد دارای ناهنجاری‌های بایت:

ناهنجاری‌های بایت زمانی اتفاق می‌افتد که دندان‌های بالا و پایین شما به درستی روی هم قرار نگیرند. این می‌تواند باعث ساییدگی دندان، درد فک و مشکلات جویدن بشود.

افراد دارای دندان‌های بیرون زده:

دندان‌هایی که بیرون زده یا جلو زده هستند، بیشتر در معرض شکستن یا آسیب قرار دارند. همچنین می‌توانند بر ظاهر لبخند شما نیز تأثیر منفی بگذارند.

افراد دارای فاصله بین دندانی:

فاصله بین دندانی می‌تواند باعث مشکلاتی در تمیز کردن دندان‌هایتان بشود و به مرور زمان به لثة‌هایتان آسیب برساند.

افراد دارای ناتراشی دندانی:

ناتراشی دندانی زمانی اتفاق می‌افتد که فک بالا و پایین شما به اندازه کافی بزرگ نباشند تا تمام دندان‌هایتان به درستی جا بشوند. این می‌تواند باعث شلوغی دندان‌ها، بیرون زدگی دندان‌ها و مشکلات تنفسی بشوند.

اگر هر یک از این مشکلات را دارید، باید به یک ارتودنتیست مراجعه کنید تا در مورد گزینه‌های درمانی خود صحبت کنید. ارتودنتیست می‌تواند با معاینه دندان‌ها و فک شما و همچنین با عکس‌برداری یا اسکن، مشکل شما را به طور دقیق تشخیص داده و بهترین برنامه درمانی را برای شما ارائه بدهد.

روش‌های رایج درمان ارتودنسی

براکت‌ها:

براکت‌ها دستگاه‌هایی هستند که به دندان‌های شما چسبانده می‌شوند و با استفاده از سیم و کش، دندان‌ها را به مرور زمان حرکت می‌دهند. براکت‌ها می‌توانند فلزی، سرامیکی یا شفاف باشند.

دستگاه‌های متحرک:

دستگاه‌های متحرک را می‌توانید از دهانتون خارج کنید. این دستگاه‌ها اغلب برای کودکان یا برای اصلاحات جزئی استفاده می‌شوند.

هدگیر:

هدگیر دستگاهی هست که روی سر شما قرار می‌گیرد و به کنترل رشد فک شما کمک می‌کند.

کشش الاستیک:

کشش‌های الاستیک نوارهایی از جنس لاستیک یا پلاستیک هستند که بین براکت‌ها یا بین براکت‌ها و دستگاه‌های متحرک استفاده می‌شوند و به حرکت دندان‌ها در جهت درست کمک می‌کنند.

مدت زمان درمان ارتودنسی

مدت زمان درمان ارتودنسی به پیچیدگی مشکل شما بستگی دارد. با این حال، اکثر درمان‌ها بین ۱۲ تا ۲۴ ماه طول می‌کشد.

ارتودنسی می‌تواند مزایای زیادی برای سلامتی و عزت نفس شما داشته باشد. با تراز کردن دندان‌ها و اصلاح بایت شما، می‌تواند جویدن، صحبت کردن و تمیز کردن دندان‌هایتان را آسان‌تر کند. همچنین می‌تواند خطر ابتلا به مشکلات دندانی و لثه‌ای در آینده را کاهش داده و به شما لبخندی زیبا و با اعتماد به نفس هدیه بدهد.

اگر فکر می‌کنید که ممکن است به ارتودنسی نیاز داشته باشید، حتماً با یک ارتودنتیست واجد شرایط مشورت کنید.

در صورت بروز هرگونه مشکل یا سوال با ارتودنتیست خود تماس بگیرید.

صبور باشید. ممکن است چند ماه طول بکشد تا به طور کامل به بریس‌های جدید خود عادت کنید.

از لبخند جدید خود لذت ببرید!

سوالات متداول درباره مراحل ارتودنسی دندان

۱. ارتودنسی برای چه کسانی مناسب است؟

ارتودنسی می‌تواند برای افراد در هر سنی که دارای مشکلات دندان و فک مانند دندان‌های شلوغ، نامرتب، بیرون زده، فاصله دار یا ناهنجاری‌های بایت هستند، مفید باشد.

۲. بهترین سن برای ارتودنسی چه سنی است؟

بهترین سن برای شروع ارتودنسی بین ۷ تا ۱۴ سالگی است که هنوز در حال رشد هستید. با این حال، ارتودنسی می تواند در هر سنی موثر باشد.

۳. انواع ارتودنسی کدامند؟

انواع مختلفی از ارتودنسی وجود دارد، از جمله بریس های فلزی، سرامیکی یا شفاف، دستگاه های متحرک، هدگیر و کش های الاستیک.

۴. درمان ارتودنسی چقدر طول می کشد؟

مدت زمان درمان ارتودنسی به پیچیدگی مشکل شما بستگی دارد، اما اکثر درمان ها بین ۱۲ تا ۲۴ ماه طول می کشد.

۵. آیا ارتودنسی دردناک است؟

ممکن است بعد از قرار دادن براکت ها یا تنظیمات احساس ناراحتی یا درد خفیف داشته باشید، اما این درد معمولاً بعد از چند روز از بین می رود.

۶. هزینه ارتودنسی چقدر است؟

هزینه ارتودنسی به نوع درمان، پیچیدگی مشکل شما و محل زندگی شما بستگی دارد.

۷. مراقبت های بعد از ارتودنسی چگونه است؟

برای حفظ نتایج درمان خود و اطمینان از سلامت دهان و دندان، باید بهداشت دهان و دندان خود را به دقت رعایت کنید، از یک رژیم غذایی متعادل استفاده کنید و از دهان خود در برابر آسیب محافظت کنید.

کارت تخفیف دندانپزشکی

شما با داشتن کارت تخفیف دندانپزشکی مهر از می توانید کاهش هزینه ۵۰ درصدی تمامی خدمات متنوع درمانی و زیبایی دندان را برای داشتن لبخندی زیباتر و سلامت بیشتر دهان و دندان خود استفاده نمایید. با تهیه کارت تخفیف دندانپزشکی، می توانید به راحتی فهرستی از دندانپزشکان متخصص را در اختیار داشته و بهترین گزینه را برای خود انتخاب کنید.

بیمه تکمیلی دندانپزشکی

شما با تهیه بیمه تکمیلی دندانپزشکی مهر از مشمول برخورداری از ۵۰ درصد کاهش هزینه خدمات درمانی و زیبایی دندانپزشکی شده و می توانید از تمامی خدمات دندانپزشکی با هر هزینه ای بدون سقف و محدودیت در سراسر کشور بهره بگیرید. در صورتی که سایر بیمه نامه ها دارای سقف استفاده از خدمات به صورت سالانه هستند. از اصلی ترین مزایای داشتن بیمه تکمیلی دندانپزشکی مهر از این است که می توانید با اطمینان بیشتری در مورد پوشش هزینه های ناگهانی و گزاف دندانپزشکی خود دست یابید.

بیمه دندانپزشکی نامحدود خانواده

بیمه دندانپزشکی نامحدود خانواده با پوشش ۵۰ درصد هزینه های درمانی و زیبایی دندانپزشکی هزینه های سرسام آور این خدمات را کاهش داده و همه اعضای خانواده را بدون در نظر گرفتن محدودیت سنی، مورد حمایت قرار میدهد. از دیگر ویژگی های برتر بیمه دندانپزشکی نامحدود خانواده مهر از کارت میتوان به استفاده نامحدود و بدون سقف و مرز از

خدمات اشاره کرد که این امر به این معنی است که شما میتوانید به تعداد دفعات نامحدود و با مبالغ بدون سقف از این خدمات استفاده نمایید.

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره ارتودنسی دندان

